FDTP-96 折りたたみトランポリン　取扱い説明書

この度は、本製品をお買い上げいただきまして誠に有難うございます。
本製品をご使用になる前に必ずこの取扱説明書をよくお読みいただき、正しくご使用ください。また、この取扱説明書はお読みいただいた後も大切に保管してください。

⚠ご使用時の注意事項　※必ずお読みください。
・本製品は家庭用となります。ご自宅等以外（学校・スポーツジム等）での使用はご遠慮ください。
・組立は大人 2 名で実施ください。小さなお子様には絶対に行わせないでください。
・本製品の耐荷重は 100kg です。
・使用前に各パーツが完全に固定されているか必ずご確認ください。
・折りたたみ・及び展開の際は都度カバーを外して組立ください。
・カバーを外して使用したり、商品を改造・解体しないでください。
・使用中、製品に異常を感じた場合はすぐに使用を中止してください。
・お子様がご使用になる場合は必ず保護者の方が同伴ください。
・本製品を椅子やジャンプ台など、本来の用途以外で使用しないでください。
・運動はネットの中心で行い、カバーの部分には立たないでください。
・本製品は 1 人用です。同時に 2 名以上で使用しないでください。
・本製品は屋内の平坦な場所で、周囲の安全を確認した後ご使用ください。
・屋外での使用、直射日光のあたる場所や湿気の多い場所での保管は避けてください。
・フローリングや畳などの上で直接ご使用になる場合は、傷をつけてしまうことがございます。床保護マットのご使用をお勧めいたします。
・本製品は健康の維持・増進を目的とした商品であり、事前に医師に相談する必要がある場合、及び家庭内リハビリに使用する場合は、必ず医師に相談してからご使用ください。
・ご使用中に体調の変調などがあった場合は、すぐに使用を中止してください。

◆商品仕様◆　※商品の外観や仕様は予告なく変更となる場合がございます。
使用時サイズ：直径 96cm× 高さ 22cm（跳躍面：67cm）
梱包サイズ：約 74cm×35cm×10cm　重量：9kg
素材：【本体】スチール　【マット】PE　【カバー】PVC
耐荷重：100kg
生産国：中国

◆部品内容◆
(a) トランポリン本体 ×1
(b) トランポリンカバー ×1
(c) トランポリン脚 ×8
(d) 取扱い説明書

部品に不足等ありましたら info@esports.co.jp　までご連絡くださいませ。

◆組立前の準備◆
※組み立ては大人 2 名での実施をお願いいたします。
※組み立て時、可動部に指などを挟まないようご注意くださいませ。
※展開・折りたたみはカバーを外した状態で行ってください。
※展開時床に傷が付く場合がございます。床を保護するシートなどをご用意ください。

⚠ 組立前にすべてのバネが正しく本体に装着されているかご確認ください。

もくじ
p.1　ご使用時の注意事項
p.2　組み立てを始める前に（バネの取り付け方法）
p.3　組み立て方法
p.4　収納方法と使用例

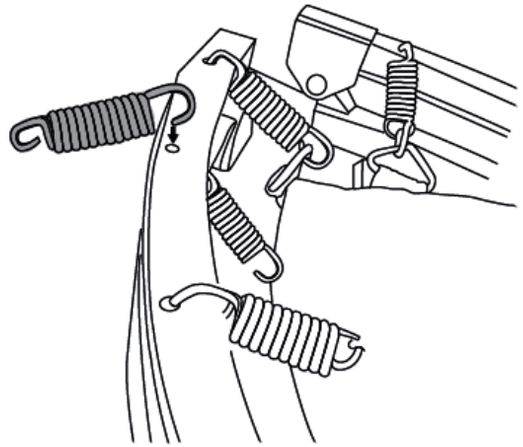
◆輸入販売元◆
株式会社 eSPORTS
〒500-8353　岐阜県岐阜市六条東 1-2-4　お客様相談窓口：info@esports.co.jp

組み立てを始める前に

⚠ 折りたたみトランポリンを組み立てる前に、まずバネがあらかじめ正常に取り付けられているか、ご確認ください。万が一、バネが外れている場合は、下記手順にてバネの取り付けを行ってください。

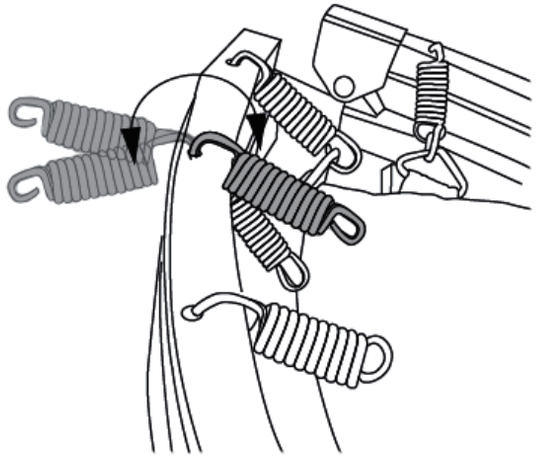
① 図 A のように、開口端側のフレームにバネを挿入してください。

図A



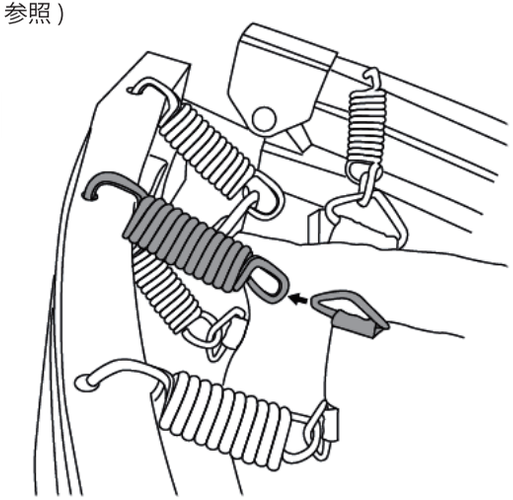
②ジャンピングマット側へバネを 180 度回してください。(図 B 参照)

図B



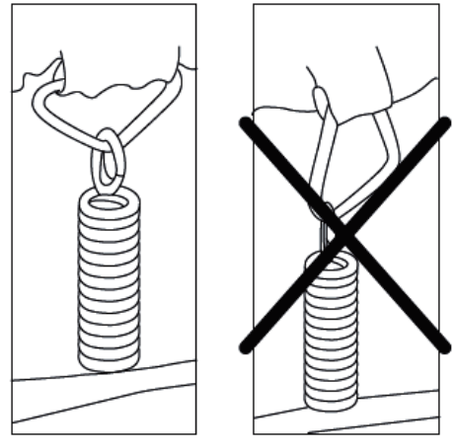
③ジャンピングマット側にある、そのバネに対応する三角形のフックを引っ張り、バネを引っかけてください。(図 C 参照)

図C



④最後に、ジャンピングマット側にある三角形のフックが、全て正しい位置にあるかどうか、ご確認ください。(図 D 参照) 三角形のフックが、誤った位置にあった場合は、そのフックを、手で正常な位置に戻してください。

図D

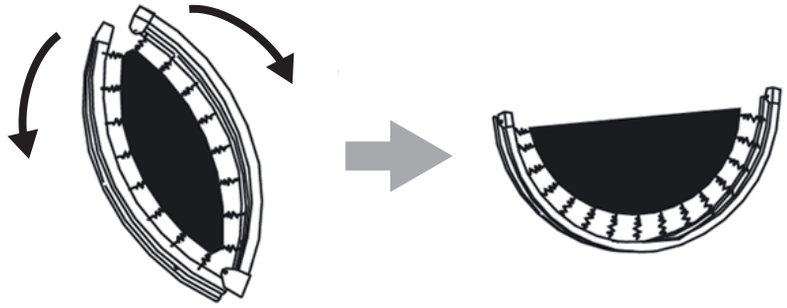


正しい向き　　ずれた状態

組立方法（前ページの注意事項をお読みいただいた上で実施くださいませ）

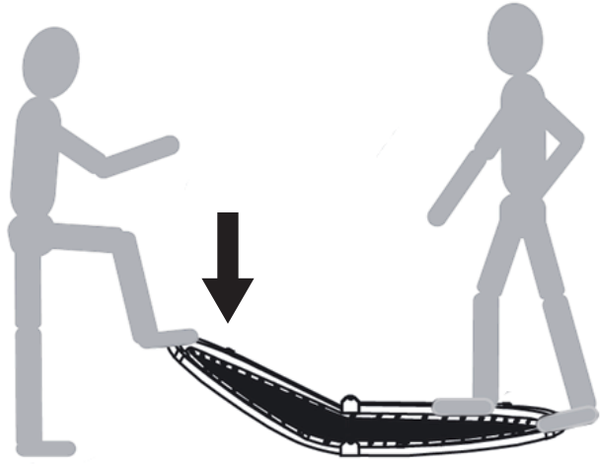
【展開時】
①4 つ折りになっている本体を二つ折り状態まで広げます。

※可動部に指を挟まないようご注意ください。（軍手などの着用をお勧めいたします）

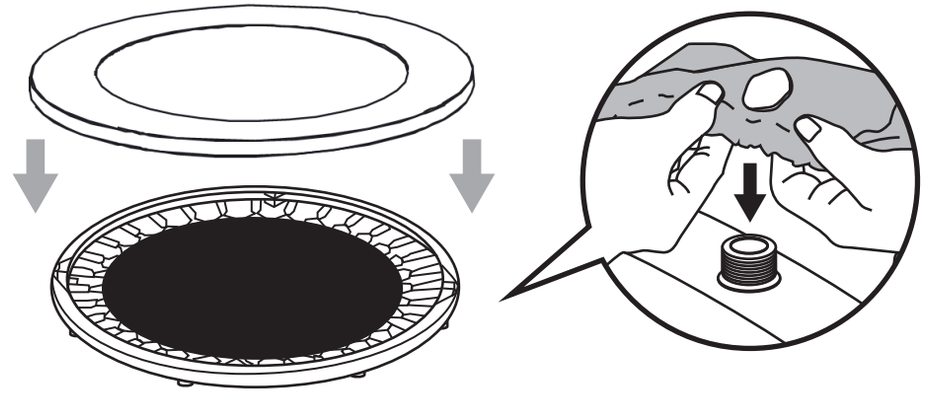


②一人が片側を押えた状態で、両手もしくは片足でゆっくり本体を押し広げてください。

※指や脚が広がった本体に当たらないようにご注意ください。
※床を保護するマットやカーペットの上で実施ください。
※手で行う場合は開ききるまでしっかりフレームを支えてください。

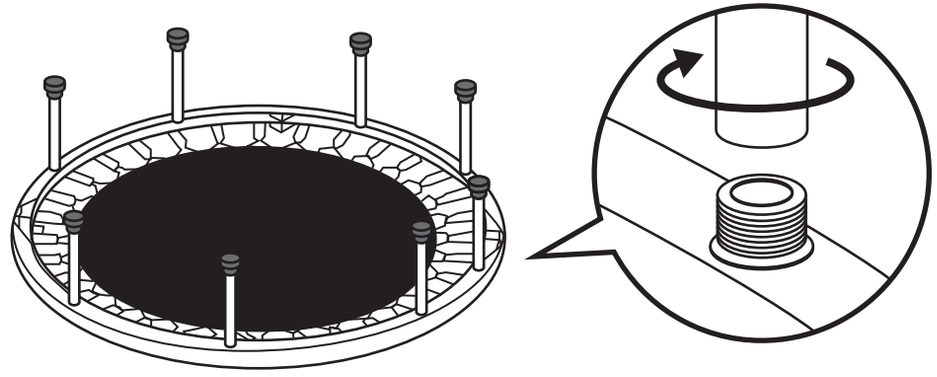


③広がった本体にカバーをかぶせます。カバーに開いた穴を本体側のねじ山に合わせて一カ所ごとにかぶせてください。



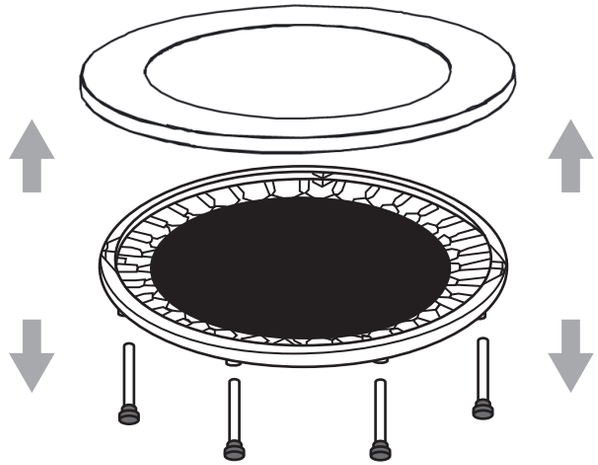
④８ヶ所あるねじ山の保護キャップを取り外し、８本の脚パーツを時計回りに最後までしっかりねじ込みます。裏返して完成です。

⚠脚パーツはまっすぐに取り付けてください。無理にねじ込むとねじ山が破損する場合がございます。
⚠使用前に８本の脚が真っ直ぐ取り付けられているかご確認ください。

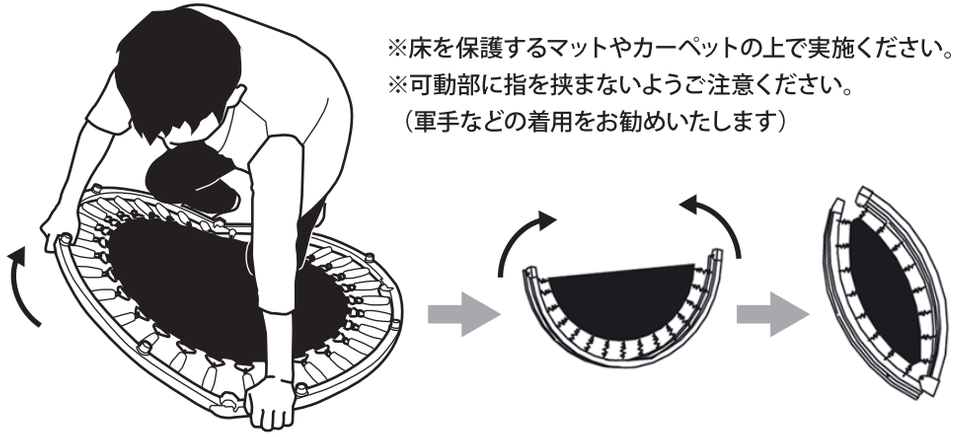


収納方法と使用例

【収納方法】
①本体から脚パーツとカバーを取り外します。



②可動部の横とマットをしっかり押さえた上で、ゆっくり折りたたみます。

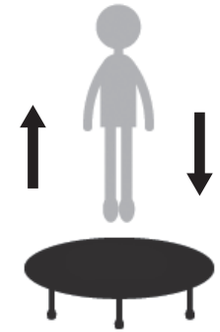


※床を保護するマットやカーペットの上で実施ください。
※可動部に指を挟まないようご注意ください。
（軍手などの着用をお勧めいたします）

③お届け時の箱などに収納し湿気の少ない場所に保管ください。

【ご使用方法例】
⚠ 家庭用トランポリンは宙返り等、アクロバット運動を行う器具ではありません。
⚠ お子様のご使用時には保護者の方が必ず同伴ください。

①垂直跳び
垂直に跳ぶだけでも見た目には想像もつかないほどの運動量になります。腹筋を意識しつつ、全身をリラックスさせると効果的です。



②ウォーキング
トランポリン上でリズミカルに足踏みするだけでも、バランス感覚を養いながら、脂肪燃焼が期待できます。この他にも、片足立ちしたまま態勢をキープするなど、体幹エクササイズにもご利用できます。

③ツイスト（ダイエット）
ジャンプと同時に体をひねる運動を左右交互に繰り返します。

④フィットネス（ダイエット）
上半身を出来るだけ上下させずに、早い動きでテンポよくジャンプやステップを繰り返します。跳ぶというイメージでは無く、トランポリンを強く踏むといったイメージで行うと行いやすいです。**※大人の方向けの運動です。**